Меню 15

Утверждаю:

Дата : 09.11.2026

Детский сад № 315
Центрального района Волгограда

Согласовано:

Прием пищи, наименование блюда	Ясли					Сад					24 часа				
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	150					180					180				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180					200					200				
БАТОН	20					20					20				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					10					10				
Итого за прием пищи:	**355**	**11,1**	**7,8**	**49,9**	**313,8**	**410**	**14,2**	**10,2**	**58,8**	**383,2**	**410**	**14,2**	**10,2**	**58,8**	**383,2**
2 Завтрак															
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	200					200					200				
Итого за прием пищи:	**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**	**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**	**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Огурцы свежие)	30					50					50				
СУП С КРУПОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150					180					180				
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	130					150					150				
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120					130					130				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150					180					180				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					20					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					20					0				
Итого за прием пищи:	**540**	**13,9**	**15,1**	**76,5**	**483,26**	**650**	**19,8**	**22,5**	**80,0**	**610,1**	**650**	**19,8**	**22,5**	**80,0**	**610,1**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40					55					60				
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130					150					150				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7					180/10/7					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					30					45				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (Печенье)	20					20					50				
ЧАЙ С МОЛОКОМ	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**407**	**14,9**	**21,6**	**74,2**	**510,6**	**452**	**34,0**	**38,3**	**69,0**	**760,0**	**702**	**40,4**	**44,2**	**114,8**	**1 024,6**
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	**0**					**0**					**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:		**40,7**	**45,3**	**219,6**	**1 398,9**		**68,8**	**71,8**	**226,8**	**1 845,2**		**80,3**	**82,1**	**279,6**	**2 201,6**